

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА»

ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА

ФІТНЕС ТА РЕКРЕАЦІЯ

(назва ОПП / ОНП)

другого рівня вищої освіти
за спеціальністю № 017 Фізична культура і спорт
(назва)

галузі знань № 01 Освіта
(назва)

кваліфікація Магістр фізичної культури і спорту
(назва)

ЗАТВЕРДЖЕНО ВЧЕНОЮ РАДОЮ
УНІВЕРСИТЕТУ

Голова вченої ради

В. С. Курило
(протокол № _____ від «___» _____ 2017 р.)

Освітня програма вводиться в дію з _____ 2017 р.

Ректор С. В. Савченко
(наказ № _____ від «___» _____ 2017 р.)

ЛИСТ ПОГОДЖЕННЯ
освітньо-професійної програми
«ФІТНЕС ТА РЕКРЕАЦІЯ»

Рівень вищої освіти
ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ

другий (магістерський)
01 Освіта
017 Фізична культура і спорт

Кваліфікація Магістр фізичної культури і спорту

ПОГОДЖЕНО

Проректор з науково-педагогічної роботи
ДЗ «Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка»

_____ Д. В. Ужченко
« _____ » _____ 2017 р.

В. о. завідувача навчального відділу

_____ В. В. Леснова
« _____ » _____ 2017 р.

ПЕРЕДМОВА

Розроблено робочою групою (науково-методичною комісією зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт (Фітнес та рекреація)) у складі:

- 1.** Виноградов О. О., кандидат медичних наук, доцент, завідувач кафедри фізичної реабілітації та здоров'я людини Державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», голова робочої групи;
- 2.** Савенко В. О., кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри фізичної реабілітації та здоров'я людини Державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»;
- 3.** Карпенко М. І., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної реабілітації та здоров'я людини Державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»;
- 4.** Радченко А. В., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної реабілітації та здоров'я людини Державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».
- 5.** Карпенко М. І., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної реабілітації та здоров'я людини Державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».

1. Профіль освітньої програми зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт (Фітнес та рекреація)

1. Загальна інформація	
Повна назва вищого навчального закладу та структурного підрозділу	Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» навчально-науковий інститут фізичного виховання і спорту кафедра фізичної реабілітації та здоров'я людини
Ступінь вищої освіти та назва кваліфікації мовою оригіналу	магістр фізичної культури і спорту
Офіційна назва освітньої програми	Фітнес та рекреація
Тип диплома та обсяг освітньої програми	диплом магістра, одиничний, 90 кредитів ЄКТС, термін навчання 1,5 роки
Наявність акредитації	Сертифікат про акредитацію НД № 1389626, затверджено рішенням Акредитаційної комісії від 16 червня 2016 р. Протокол № 121; термін дії сертифікату до 01 липня 2026 р.
Цикл / рівень	НРК України – 7 рівень, FQ-EHEA – другий цикл, EQF-LLL – 7 рівень
Передумови	ступінь бакалавра, спеціаліста/магістра
Мова(и) викладання	українська
Термін дії освітньої програми	до 01 липня 2026 р.
Інтернет-адреса постійного розміщення опису освітньої програми	http://luguniv.edu.ua
2. Мета освітньої програми	
Формування професійних компетентностей майбутніх фахівців з фітнесу та рекреації, здатних розробляти програми наукових досліджень, впроваджувати та реалізовувати їх результати; підготовка кваліфікованих консультантів з питань здорового способу життя для надання послуг у сфері збереження та зміцнення здоров'я людини.	
3. Характеристика освітньої програми	
Предметна область (галузь знань, спеціальність, спеціалізація (за наявності))	<p>Галузь знань 01 Освіта, спеціальність 017 Фізична культура і спорт, спеціалізація Фітнес та рекреація.</p> <p>ОП передбачає освітні компоненти циклу загальної підготовки в обсязі 15,0 кредитів ЄКТС (16,7% від загального обсягу ОП) та освітні компоненти професійної підготовки в обсязі 75,0 кредитів ЄКТС (83,3% від загального обсягу ОП); практика складає 12,0 кредитів ЄКТС (13,3% від загального обсягу ОП); 30,0 кредитів (33,3% від загального обсягу ОП) відводиться на підготовку магістерської роботи.</p> <p><i>Об'єкт вивчення:</i> менеджмент освітнього процесу у вищій школі; методологія наукових досліджень; надання індивідуальних і групових консультацій та послуг у сфері збереження та зміцнення здоров'я людини.</p> <p><i>Теоретичний зміст предметної області:</i> теоретичні основи педагогіки і психології вищої школи, адміністрування та управління, фахова підготовка з фітнесу та рекреації.</p> <p><i>Методи і засоби:</i> Лекції, лабораторні роботи, семінари, практичні заняття, самостійна робота на основі підручників, конспектів та електронних Веб-ресурсів, консультації з викладачами, в тому числі, в режимі он-лайн, підготовка магістерської роботи.</p>

Орієнтація освітньої програми	Освітньо-професійна; спрямована на формування системи знань, умінь та навичок необхідних для забезпечення освітнього процесу у вищій школі, ведення дослідницької роботи, надання індивідуальних і групових консультацій та послуг у сфері збереження та зміцнення здоров'я людини.
Основний фокус освітньої програми та спеціалізації	Загальна освіта в області фітнесу та рекреації.
Особливості програми	Обов'язкова тренерська практика.
4. Придатність випускників працевлаштування та подальшого навчання	
Придатність до працевлаштування	Право професійної діяльності відповідно до отриманої кваліфікації, зокрема, право обіймати первинні посади (згідно Класифікатору професій ДК 003:2010, зі змінами від 4 березня 2016 р. № 394): 2310.2 Викладач вищого навчального закладу 2310.2 Асистент 2351.2 Консультант з питань здорового способу життя 2359.1 Науковий співробітник (валеологія) 2359.1 Науковий співробітник-консультант (валеологія) 3475 Інструктор з аеробіки 3475 Інструктор-методист тренажерного комплексу (залу) 3475 Фітнес-тренер 3414 Фахівець із організації дозвілля 3414 Інструктор оздоровчо-спортивного туризму (за видами туризму) 3475 Інструктор-методист з фізичної культури та спорту 3475 Інструктор-методист з виробничої гімнастики
Подальше навчання	Можливість навчання за програмою третього рівня вищої освіти. Набуття кваліфікацій за іншими спеціальностями та/або спеціалізаціями.
5. Викладання та оцінювання	
Викладання та навчання	При викладанні лекційні курси поєднуються із семінарами, практичними і лабораторними роботами, консультаціями з викладачами, індивідуальною і самостійною роботою, виробничою практикою. Використовуються студентоцентрикований стиль навчання, навчання через практику, самонавчання.
Оцінювання	Оцінювання відбувається за національною (відмінно / добре / задовільно / незадовільно, зараховано / не зараховано), 100-бальною та шкалою ЄКТС (A / D / C / D / E / F / FX). У рамках поточного контролю оцінюються усні та письмові відповіді, результати комп'ютерного тестування, виконання творчих завдань, захист підготовлених презентацій; модульні роботи проводяться письмово або у вигляді комп'ютерного тестування, захисту творчих проєктів тощо; підсумкова оцінка (залік або іспит) виставляється з урахуванням поточної успішності, виконання самостійних та індивідуальних завдань, результатів модульних робіт.
6. Програмні компетентності	
Інтегральна компетентність	ІК. Здатність розв'язувати складні задачі і проблеми у сфері фітнесу та рекреації при здійсненні професійної діяльності або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій, які характеризуються комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності (ЗК)	<p>ЗК 1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу;</p> <p>ЗК 2. Здатність розуміти основні принципи, правила, прийоми і форми педагогічної і консультативно-просвітницької діяльності у вищій школі; використовувати різноманітні інформаційні джерела та способи отримання інформації; налагоджувати продуктивну педагогічну взаємодію;</p> <p>ЗК 3. Здатність до розуміння закономірностей психічної діяльності, індивідуально-психологічних особливостей, психічних станів, чинників, що впливають на якість функціонування психіки людини в процесі навчання і професійної діяльності;</p> <p>ЗК 4. Здатність вибудовувати логіку та методологію отримання наукового знання у професійній галузі; планувати і проводити наукові дослідження; розуміти сутності суспільних відносин, які пов'язані із розпорядженням правами інтелектуальної творчої діяльності і процесу трансферу технологій;</p> <p>ЗК 5. Здатність до проектної діяльності, проведення патентного пошуку та оформлення патентної документації.</p>
Фахові компетентності спеціальності (ФК)	<p>ФК 1. Здатність виконувати обстеження, тестування, визначення функціонального стану та рівня фізичного розвитку особи; проводити оперативний та поточний контроль стану пацієнта/клієнта відповідними засобами та методами;</p> <p>ФК 2. Здатність формулювати цілі і завдання, складати, обговорювати та пояснювати індивідуальну рекреаційну (оздоровчу) та/або фітнес програму; здатність допомогти пацієнту/клієнту зрозуміти власні потреби та реалізувати їх;</p> <p>ФК 3. Здатність безпечно та ефективно реалізовувати рекреаційну (оздоровчу) та/або фітнес програму, зокрема використовуючи інноваційні методики, з метою формування основних фізичних якостей та корекції фізичного розвитку й стану здоров'я різних груп населення;</p> <p>ФК 4. Здатність пристосовувати навантаження до рівня фізичної сили та витривалості пацієнта/клієнта, контролювати тривалість та інтенсивність тренування для забезпечення їх відповідності загальному стану здоров'я, функціональним потребам і результатам обстеження;</p> <p>ФК 5. Здатність оцінювати та реєструвати отримані результати, з метою корекції рекреаційної (оздоровчої) та/або фітнес програми;</p> <p>ФК 6. Здатність надавати пацієнту/клієнту персональні рекомендації щодо ведення здорового способу життя та організації рухової активності з урахуванням статевих, вікових та індивідуальних особливостей організму;</p> <p>ФК 7. Здатність здійснювати прогностичні, планувально-організаційні функції в управлінні фітнес-центром та/або оздоровчо-рекреаційним закладом; керувати колективом у сфері фітнесу та рекреації, толерантно сприймаючи соціальні, етнічні, конфесійні і культурні відмінності.</p>
7. Програмні результати навчання	
Знання (ЗН)	<p>ПРЗ 1. Спеціалізовані концептуальні знання, набуті у процесі навчання та/або професійної діяльності на рівні новітніх досягнень, які є основою для оригінального мислення та інноваційної діяльності, зокрема в контексті дослідницької роботи;</p> <p>ПРЗ 2. Критичне осмислення проблем у навчанні та/або професійній діяльності та на межі предметних галузей;</p> <p>ПРЗ 3. Знання сучасних принципів, способів, методів і форм</p>

	<p>педагогічної діяльності у вищій школі, їх філософські, соціокультурні, історичні, медико-біологічні та психологічні основи;</p> <p>ПРЗ 4. Знання основ наукових досліджень, їх методологічне, інформаційне, матеріальне, фінансове та кадрове забезпечення;</p> <p>ПРЗ 5. Знання чинного законодавства та нормативних документів, що регламентують діяльність органів управління та закладів охорони здоров'я, фізичної культури, рекреації, оздоровлення;</p> <p>ПРЗ 6. Знання принципів управління і організації рекреаційної (оздоровчої) роботи; пріоритетних технологій, що застосовуються в сучасній практиці;</p> <p>ПРЗ 7. Знання особливостей впливу рухової активності на здоров'я людини, норми рухової активності, принципів використання спеціально організованих форм рухової активності в системі оздоровлення населення;</p> <p>ПРЗ 8. Знання принципів обстеження, тестування, визначення функціонального стану та рівня фізичного розвитку особи, інтерпретації та оцінки отриманих результатів;</p> <p>ПРЗ 9. Знання принципів побудови та реалізації індивідуальної рекреаційної (оздоровчої) та/або фітнес програми;</p> <p>ПРЗ 10. Знання правил використання технологічних засобів та обладнання спеціалізованих приміщень для забезпечення рекреаційної (оздоровчої) активності.</p>
Уміння (УМ)	<p>ПРУ 1. Уміння розв'язувати складні задачі і проблеми, що потребують оновлення та інтеграції знань, часто в умовах неповної/недостатньої інформації та суперечливих вимог;</p> <p>ПРУ 2. Проведення викладацької, дослідницької та/або інноваційної діяльності;</p> <p>ПРУ 3. Уміння обробляти отримані результати, аналізувати й осмислювати їх з урахуванням наявних наукових досягнень, представляти результати роботи й обґрунтовувати запропоновані рішення на сучасному науковому й професійному рівні⁴</p> <p>ПРУ 4. Уміння самостійно планувати та здійснювати практичну діяльність за згодою пацієнта/клієнта;</p> <p>ПРУ 5. Уміння проводити обстеження, тестування, визначення функціонального стану та рівня фізичного розвитку особи, оцінювати та реєструвати отримані результати, з метою корекції рекреаційної (оздоровчої) та/або фітнес програми;</p> <p>ПРУ 6. Уміння складати і реалізовувати індивідуальну рекреаційну (оздоровчу) та/або фітнес програму з урахуванням вікових, статевих та індивідуальних потреб пацієнта/клієнта;</p> <p>ПРУ 7. Володіє практичними навичками проведення рекреаційно-оздоровчих заходів (використання преформованих фізичних чинників, масажу, фітопрофілактики, оздоровчо-рекреаційної рухової активності тощо).</p>
Комунікація (КОМ)	<p>ПРК 1. Зрозуміле і недвозначне донесення власних висновків, а також знань та пояснень, що їх обґрунтовують, до фахівців і нефахівців, зокрема осіб, які навчаються;</p> <p>ПРК 2. Використання іноземних мов у професійній діяльності.</p>
Автономія і відповідальність (АіВ)	<p>ПРА 1. Прийняття рішень у складних і непередбачуваних умовах, що потребує застосування нових підходів прогнозування;</p> <p>ПРА 2. Відповідальність за розвиток професійного знання і практик, оцінку стратегічного розвитку команди;</p>

	ПРА 3. Здатність до подальшого навчання, яке значною мірою є автономним та самостійним.
8. Ресурсне забезпечення реалізації програми	
Кадрове забезпечення	До реалізації програми залучається не менше 50% науково-педагогічних працівників з науковими ступенями та / або вченими званнями. Науково-педагогічні працівники один раз на п'ять років проходять стажування.
Матеріально-технічне забезпечення	Використання комп'ютерних класів, проєкційної техніки, спеціалізованих лабораторій, стендів, наочних посібників, обладнання та устаткування необхідного для проведення діагностики функціонального стану організму; спортивні споруди, фізкультурно-спортивне спорядження та обладнання; наукова апаратура і технічні засоби навчання.
Інформаційне та навчально-методичне забезпечення	Використання віртуального навчального середовища Державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» та авторських розробок науково-педагогічних працівників.
9. Академічна мобільність	
Національна кредитна мобільність	На загальних підставах у межах України.
Міжнародна кредитна мобільність	Можлива при укладанні відповідних угод щодо академічної мобільності за встановленої формою.
Навчання іноземних здобувачів вищої освіти	Можливе.

2. Перелік компонент освітньо-професійної / наукової програми та їх логічна послідовність

2.1. Перелік компонент ОП

Код н/д	Компоненти освітньої програми (навчальні дисципліни, курсові проєкти (роботи), практики, кваліфікаційна робота)	Кількість кредитів	Форма підсумкового контролю
1	2	3	4
Обов'язкові компоненти ОП			
ОК 1	Логіка та методологія наукового пізнання	5,0	Екзамен
ОК 2	Педагогіка і психологія вищої школи	5,0	Залік
ОК 3	Організація, управління і менеджмент у сфері фітнесу та рекреації	6,0	Екзамен
ОК 4	Інноваційні технології фітнесу та рекреації	6,0	Екзамен
ОК 5	Виконання магістерської роботи	30,0	Залік
ОК 6	Тренерська практика (виробнича)	12,0	Залік
ОК 7	Іспит	1,5	–
ОК 8	Захист магістерської роботи	1,5	–
Загальний обсяг обов'язкових компонент:		67,0	
Вибіркові компоненти ОП*			
	Дисципліна 1	5,0	Залік
ВК 1.1	Основи соціальної комунікації та оптимізація міжнародних наукових досліджень		
ВК 1.2	Право інтелектуальної власності та державне регулювання трансферу технологій		
ВК 1.3	Стратегія сталого розвитку природи та суспільства		
ВК 2.1	Основи персонального тренінгу	5,0	Екзамен
ВК 2.2	Наукові засади формування здорового способу життя		

	ЗК 1	ЗК 2	ЗК 3	ЗК 4	ЗК 5	ФК 1	ФК 2	ФК 3	ФК 4	ФК 5	ФК 6	ФК 7
БК 2.1	+					+	+	+	+		+	
БК 2.2	+			+			+				+	
БК 3.1	+					+	+	+	+		+	
БК 3.2	+							+				
БК 4.1	+					+	+	+	+		+	
БК 4.2	+							+				

5. Матриця забезпечення програмних результатів навчання (ПРН) відповідними компонентами освітньої програми

	ПРЗ 1	ПРЗ 2	ПРЗ 3	ПРЗ 4	ПРЗ 5	ПРЗ 6	ПРЗ 7	ПРЗ 8	ПРЗ 9	ПРЗ 10	ПРУ 1	ПРУ 2	ПРУ 3	ПРУ 4	ПРУ 5	ПРУ 6	ПРУ 7	ПРК 1	ПРК 2	ПРА 1	ПРА 2	ПРА 3
ОК 1	+	+		+							+	+	+					+	+	+	+	+
ОК 2	+	+	+								+	+	+					+	+	+	+	+
ОК 3	+	+			+	+					+	+	+	+				+	+	+	+	+
ОК 4	+	+				+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ОК 5	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ОК 6	+	+			+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ОК 7	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ОК 8	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
БК 1.1	+	+		+							+	+	+					+	+	+	+	+
БК 1.2	+	+		+							+	+	+					+	+	+	+	+
БК 1.3	+	+									+	+	+					+	+	+	+	+
БК 2.1	+	+				+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
БК 2.2	+	+		+							+	+	+					+	+	+	+	+
БК 3.1	+	+				+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
БК 3.2	+	+									+	+	+				+	+	+	+	+	+
БК 4.1	+	+				+	+	+	+	+	+	+	+		+	+	+	+	+	+	+	+
БК 4.2	+	+									+	+	+				+	+	+	+	+	+